

**61 【 流水健康教室 】 受講時間：14:00～15:00**

「超音波流水マシン（フローマシン）」から発生する波の中で、色々な動きを取り入れた運動や流水を直に当てて、**健康増進**を図るプログラムです！  
**マッサージ・血流促進・自律神経調整・老化防止**など、さまざまな効果が期待できます！！  
 この機会にぜひ、ご参加ください！継続することでも効果はバツグンですよ！！

**共 通 事 項**

	日 程 (曜日)		申込開始日・時間		申込方法
Ⅲ期	9月	20・27	水曜	8/23 (水) 9:00～	電話・窓口 にて 先着順！  ※窓口直接の方は 受講料 も 添えて 申込み下さい！
	10月	4・11			
Ⅳ期	10月	18・25	水曜	10/4 (水) 9:00～	
	11月	1・8			
会場	温水プール	講師	高橋 卓也氏	受講料	各期4回分 6,000円 (保険料を含む)
定員	※10名(各期)	準備物	水着・水泳帽子・バスタオル・飲み物 等		
体験会	日 程		申込開始日		申込方法
	3期	9月20日 13:30～	8/23 (水) 9:00～		電話・窓口 にて 先着順！
4期	10月18日 13:30～	10/4 (水) 9:00～			
会場	温水プール	講師	高橋 卓也氏	定員	5名(各期)
受講料	500円	準備物	水着・水泳帽子・バスタオル・飲み物		

**【体験会とは？】**

30分間の「1回 お試し体験会」となります！

ご継続を希望する方は、体験会の受講料はいただきません！！

4回開催受講料のみを頂戴いたします！！

…てことはお得！？！？



**【注意事項】**

- 定員を超えた場合は、「キャンセル待ち」となりますのでご了承ください。
  - 電話で仮予約された方は、教室初回までに受講料のお支払いをお願いします。
  - 「体験会」は、1人1回の受講にさせて頂き、初めての方を優先させていただきますので、**予めご了承ください。**
- ※各最少催行人数は5名となっております。最少催行人数に達し次第、プログラムを開催いたします。

**【お申込み・お問合せ】**

新田東総合運動場（元気フィールド仙台）〒983-0039 仙台市宮城野区新田東4-1-1

TEL：022-231-1221 HP：http://www.spf-sendai.jp/genki/